

РАЗВИТИЕ ПАУЭРЛИФТИНГА В П. ГОРНОПРАВДИНСК

“ЕСЛИ ВЫ ДУМАЕТЕ, ЧТО ПОДНИМАТЬ ВЕСА — ОПАСНО, ПОПРОБУЙТЕ БЫТЬ СЛАБЫМ. ВОТ ЧТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ОПАСНО.”

БРЕТ КОНТРЕРАС



ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- Федеральный проект «Спорт – норма жизни» является частью национального проекта «Демография». Задача проекта выражена в цифрах – к 2030 году увеличить количество систематически занимающихся физической культурой и спортом жителей России до 70%.
- По данным статистического отчета на 1 января 2021 года в Ханты-Мансийском районе эта цифра достигла 36,2 %
- Одним из эффективных средств развития физических качеств и укрепления здоровья является такой вид спорта, как пауэрлифтинг. На сегодняшний день этим видом спорта в п. Горноправдинске занимается 20 человек взрослого населения и 6 - детей и подростков в возрасте от 10 до 18 лет.
- Мой проект направлен на популяризацию пауэрлифтинга в сельском поселении Горноправдинск путем проведения ряда мастер-классов и открытого турнира по пауэрлифтингу на призы главы администрации сп Горноправдинск, что должно увеличить количество занимающихся пауэрлифтингом в п. Горноправдинск



ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

- **Цель:** Развитие пауэрлифтинга в п. Горноправдинск
- **Задачи:**
 1. Создать условий для занятий пауэрлифтингом в п. Горноправдинск
 2. Популяризировать Пауэрлифтинга в п. Горноправдинск



МЕРОПРИЯТИЯ ПРОЕКТА

- Приобретение помоста для занятий пауэрлифтингом
- Проведение двух мастер-классов по пауэрлифтингу (1 – для взрослых, 2- для детей и подростков 10-14 лет)
- Организация тренировочного процесса для желающих и участников предстоящих соревнований.
- Проведение открытого турнира по пауэрлифтингу на призы главы администрации сельского поселения Горноправдинск среди взрослых, детей и подростков.



РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА

- Проект "Развитие пауэрлифтинга в п. Горноправдинск" позволит увеличить количество занимающихся среди взрослого населения до **60 человек**, среди детей и подростков до **40 человек**.
- По окончании проекта занятия по пауэрлифтингу продолжаться на постоянной основе.
- Турнир по пауэрлифтингу на призы главы администрации сельского поселения Горноправдинск, благодаря поддержке администрации и спортивной школы станет традиционным.



ЗАНИМАЙТЕСЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ!

